

# **Guida all'identità digitale** scritta da David Berti

**Identificare, costruire e curare l'identità digitale nei suoi aspetti per creare benessere ed equilibrio tra la nostra vita "fisica" e la nostra vita digitale.**

--

Copyright (c) 2012 di David Berti. Quest'opera è stata rilasciata sotto licenza Creative Commons 3.0 – Attribution non commercial – No derivs – Unported (CC BY-NC-ND 3.0). Copiala, diffondila e consigliala a tutti i tuoi contatti nei social network e nella vita fisica! Stampala per leggerla in versione cartacea e applica i concetti qui contenuti nella tua vita! Tutti i contenuti sono stati scritti nel 2012 da David Berti e inizialmente pubblicati sul suo blog. Tutto il materiale è ora qui disponibile gratuitamente per essere scaricato, consultato e apprezzato liberamente da tutti. Per ulteriori informazioni sulla licenza puoi inviare una lettera a Creative Commons, 444 Castro Street, Suite 900, Mountain View, California, 94041, USA. Trovi una copia della licenza al seguente indirizzo:  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>

--

## **L'identità digitale, parte 1**

Sulla ristesura del contenuto

Molti di voi già sanno che negli ultimi mesi ho riscritto, modificato e reso più accessibili gran parte dei materiali da me prodotti in lingua inglese per il mio vecchio blog. In parte, questa scelta è stata dettata dall'esigenza di aggiornare la mia impronta digitale dal 2010 ad oggi; però a motivare ulteriormente questa decisione è stato il voler fornire sotto forma migliore i contenuti che ho creato.

Riproporre i contenuti che creiamo può sembrarci banale ma gran parte della chiarezza e dell'efficacia con cui comunichiamo le nostre idee deriva quasi esclusivamente dal modo in cui il contenuto viene proposto. E, dal momento che forma e contenuto sono un tutt'uno, modellare la forma ci permette di rendere più accessibili i contenuti.

La riscrittura dei contenuti

- Ci permette di ricreare nuovamente noi stessi nel messaggio che inviamo al mondo;
- aggiornare le nostre vite online, così da dare al mondo un'immagine "aggiornata", congruente ai nostri interessi e pensieri attuali, di ciò che siamo veramente nel presente.
- Facilita la lettura e la consultazione del materiale prodotto nel passato.

## **L'identità digitale, parte 2**

### **Ovvero, capire il peso dell'informazione**

Prima di tutto, voglio annunciare che le iscrizioni alla mia consulenza gratuita sono ufficialmente CHIUSE. Inoltre, se non avete ancora letto la prima parte di questa serie d'articoli, potete farlo cliccando [qui](#). Segue la seconda parte! Buona lettura.

La virtualità rende necessario un continuo aggiornamento della nostra identità online, perché fondamentalmente essa annulla lo spazio e il tempo. In più, essendo internet un riflesso del modello cognitivo con cui attingiamo all'informazione, consumiamo l'informazione attraverso il pensiero (un pò come nel caso della lettura di un libro).

L'informazione da noi pubblicata ci resta nella mente, e il peso si aggiunge man mano che sappiamo di condividere informazioni con il mondo. Non è poi un caso se oggi, tra le tante altre cose, si identificano malattie come la nuova "oversharing", di chi condivide troppi cavoli propri nei social network e poi si sente sopraffatto dall'aver comunicato pubblicamente troppi dati personali e cose

riservate o sensibili.

Il peso dell'informazione creata è dato dalla rilevanza che noi diamo al contenuto da noi pubblicato. E' un peso totalmente mentale, che non ha nulla a che vedere con KB, Megabytes o GB. E' un peso percepito in base al valore che la nostra informazione può apportare agli altri e/o togliere a noi come individui.

Questo peso può condizionarci negativamente perche' ci frena nella creazione di nuovo contenuto, fino a ridurre il nostro potenziale creativo e la nostra ispirazione. Tale peso può quindi creare una "resistenza" nella nostra vita. Se volete approfondire il concetto di resistenza, vi consiglio di dare un'occhiata allo splendido testo di Stephen Pressfield, *The War of Art*, che vi consiglio caldamente di leggere.

Insomma, questo passato resta impresso nella nostra mente sottoforma di peso e rumore mentale. Questo peso non lo si riduce cancellando le nostre creazioni, ma modificandole ove possibile! Riscrivere il contenuto ci permette sia di cambiare la sua forma, sia di effettuare un upgrade delle informazioni contenute, eliminando o aggiungendo quanto necessario. In questo modo possiamo rendere il passato fruibile sotto diversa forma (magari da semplice articolo di blog a PDF scaricabile sotto licenze Creative Commons, come questo testo). In questo modo il materiale da noi creato acquisisce una vitalità: possiamo aggiornarlo ogni volta che vogliamo, ripubblicandolo ed evitando di dover avere 50 blog diversi e account in cui pubblicare. Possiamo, insomma, unificare la nostra vita nel modo più ordinato possibile.

## **L'identità digitale, parte 3**

### **Ovvero, come rinnovarsi nella rete**

Se vi siete persi l'articolo precedente di questa serie, potete subito consultarlo ora! Questa è la terza parte! Buona lettura! Ovviamente,

se desiderate approfondire questi argomenti, potete contattarmi e vi fornirò immediatamente materiale utile!

Ricapitolando brevemente, abbiamo parlato dell'importanza di editare o riscrivere i contenuti da noi creati e del peso che l'informazione può esercitare sulla nostra vita. Questa settimana il cammino prosegue approfondendo alcuni aspetti della riscrittura del contenuto.

Come avrai ben capito, riscrivere il materiale pubblicato nel passato, anche in diversa forma, può essere terapeutico ed essenziale per progredire nel nostro cammino di crescita ed evoluzione intellettuale. Considero il dedicarsi ad una riscrittura del proprio materiale tanto importante quanto il formarsi, studiare e imparare continuamente. Come nei tanti ambiti della vita, anche un'eccessiva monotonia in porta aridità, stagnazione intellettuale, succhia energia creativa che potremmo adoperare meglio.

La ristesura porta una boccata d'aria fresca nella nostra vita, perché l'informazione che abbiamo già veicolato può essere condensata e messa da parte; tale informazione può anche creare le basi di un nuovo lavoro su cui possiamo ora concentrarci meglio.

Insomma, ridiamo vita a contenuti attraverso la loro riscrittura; li plasmiamo e modelliamo nuovamente per inserirli in un contesto differente da quello originale, rileggendo il tutto in una nuova prospettiva che può garantirci un'evoluzione nel nostro modo di pensare e vedere il mondo. Questo processo annulla letteralmente il passato, perché tutto ciò che abbiamo creato fa parte del nostro bagaglio culturale attuale, com'è giusto che sia se il contenuto a cui abbiamo ridato vita ha grande valore.

In questo modo, evitiamo la stagnazione, annullando il passato e riproponendolo come presente. Il concetto di mettere da parte il passato, proponendolo sotto altra forma semplificata, può essere

paragonabile al "vivere nell'Adesso", come spiegato da Eckhart Tolle. Se con noi anche i nostri pensieri fanno parte del presente, viviamo in un presente ancora più ricco, soddisfacente e appagante. Oltretutto, ci sentiamo meglio verso il nostro lavoro perché sappiamo di essere sempre aggiornati, sempre nell'ultima versione di noi stessi.

## **L'identità digitale, parte 4**

### **Tappa finale: condensare i contenuti**

Benvenuti alla tappa finale di questa serie di post dedicata alla costruzione dell'identità digitale! Se vi siete persi qualche articolo, qui vi fornisco i link ai post precedenti: [parte 1](#), [parte 2](#) e [parte 3](#). In una digitalità che ci richiede attenzioni infinite, possiamo essere certi che esiste una via di fuga: l'ordine.

Gestire correttamente la nostra vita digitale significa condensare quanto possibile i contenuti che pubblichiamo. Immaginiamo di condensare:

- in una sola pagina tutti i materiali da noi pubblicati in 3 anni di navigazione.
- un sito, un blog, i nostri account di social networking, la nostra impronta digitale globale (che include anche tutto l'uso che facciamo di servizi terzi, ad esempio Youtube per un pò di musica, radio online, ecc), tutto in un semplice percorso o dominio.
- in un solo Ebook i materiali che abbiamo creato riguardo ad un argomento.

Immaginiamo di creare un piccolo spazio personale in cui possiamo conservare tutto ciò che reputiamo importante per la nostra vita. Non sto parlando di storage su sistemi cloud, ma di condensare quanto possibile tutto ciò che ci rappresenta, in modo da ridurre quanto possibile tutto il nostro "patrimonio" digitale. Così facendo saremo in grado di creare contenuti migliori e innovativi nella nostra

esistenza, senza continuamente aggiungere materiale proveniente esclusivamente da altre persone.

Avere tutto in un solo posto ci permette di concentrarci su ciò che è importante, lasciando svolgere alle macchine il lavoro per cui sono create.

### **Identità reale e digitale: creare benessere ed equilibrio**

Tutta la serie di articoli che abbiamo appena concluso ci fa capire di come l'identità digitale non è altro che una sorta di estensione della nostra identità personale su questo pianeta. Partendo dal presupposto che il concetto di identità è frutto della mente, e che per ognuno di noi l'identità digitale è una versione dell'identità personale adatta alla realtà parallela del web, possiamo capire quanto sia utile far combaciare le due.

Se identità personale reale e digitale non coincidono, avvertiamo incoerenza e pressione nella nostra vita. Avvertiamo stress. Questo ci spinge ad allineare l'immagine che diamo di noi nella vita reale (identità personale reale) e quella che presentiamo sul web (identità digitale). Spesso l'allineamento di queste due identità avviene solo attraverso la semplificazione della nostra vita. Ecco qui da dove salta fuori la grande eco che hanno avuto in questi ultimi anni tematiche come minimalismo, semplicità, zen applicato alla tecnologia. A volte, si cerca di semplificare talmente tanto che l'identità digitale viene resa del tutto statica e meno dettagliata possibile così da evitare possibili incongruenze nel tempo. In questo non c'è nulla di sbagliato. Ogni utente gestisce la propria identità nel modo in cui ritiene più opportuno.

Rimettendo insieme i piccoli pezzi del puzzle provenienti da ciò che ho potuto leggere, imparare, riflettere e provare personalmente, la coerenza tra identità reale e digitale di cui abbiamo parlato si raggiunge attraverso semplificazione e decluttering. Ecco perché ho sempre ritenuto interessante approfondire tematiche come minimalismo e semplicità di vita in questi ultimi anni, senza

rendermi conto che in realtà tutto era correlato all'identità. Per ora, queste sono le mie conclusioni:

- Ho notato che se non raggiungiamo coerenza nelle nostre vite, tra le identità, reale e digitale, si creerà stress nella nostra vita. Si creerà tempo perso, intenti contrastanti, confusione o emozioni negative. Troppa autoanalisi potrebbe esserne un sintomo. Soluzione: imparare ad vivere nel presente.

Invece,

- con un equilibrio tra la nostra identità digitale e l'identità che mostriamo al mondo reale, la tecnologia porta a risultati positivi, produttività e tanto tempo libero. Siamo in grado di dire "no" a cose che non ci interessano veramente e siamo in maggior controllo della nostra vita. Viviamo meglio. Ovviamente possono esserci alti e bassi, ma questo è del tutto naturale.

Credo che l'idea di una "coerenza" tra mondo reale e digitale debba necessariamente passare attraverso la semplificazione del nostro stile di vita, le nostre abitudini e l'osservazione oggettiva della nostra esistenza.

Stando alle affermazioni del paragrafo precedente, l'equilibrio tra le nostre identità rende migliore la rete. Siamo noi utenti, quindi, a rendere migliore la rete in cui navighiamo. Ecco perché reputo importante sviluppare una consapevolezza nei confronti di noi stessi e della nostra vita, sia digitale che fisica. Tutte le conoscenze che avremo acquisito potremo riversarle sia nella rete, rendendola un posto migliore, che nella vita, rendendola ricca di esperienze positive. Come nel mondo fisico, insomma: se ci sono persone migliori, il mondo sarà migliore.